

Lundi 7 Décembre	Mardi 8 Décembre	Mercredi 9 Décembre	Jeudi 10 Décembre	Vendredi 11 Décembre
Salade verte Coquiflette (pâtes bio) Bûche de chèvre à la coupe Compote	Salade de lentilles aux crudités Poulet façon poule au pot et ses légumes  Saint Marcellin à la coupe Liégeois à la vanille	Pamplemousse Quenelles sauce aurore  Riz Camembert à la coupe Mousse au chocolat	Œuf dur mayonnaise Emincé de bœuf mexicain Purée de carottes Bleu à la coupe  Fruit de saison	Cake à la brebis Maison Raviolis au tofu sauce tomate Petit suisse aromatisé  Fruit de saison
Lundi 14 Décembre	Mardi 15 Décembre	Mercredi 16 Décembre	Jeudi 17 Décembre	Vendredi 18 Décembre
Taboulé Jambon blanc Brocolis mornay  Pont l'évêque à la coupe  Fruit de saison	Carottes râpées et dés d'emmenta Curry de pois chiches  Riz Fromage blanc nature (seau)	Salade verte Lasagnes à la bolognaise Emmental la coupe Crème dessert vanille	Apéritif : Sirop de grenadine et Pik et croq Saumon sauce oseille Pommes pin Gâteau Sapin de Noël Chocolats de Noël et clémentine	Salade de penne aux légumes Beignets de calamars et citron Poêlée de légumes Brie à la coupe  Fruit de saison

NOS APPROVISIONNEMENTS

 **Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

 **Nos charcuteries** sont 100% françaises.

Nos pâtes : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).

 **100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.



Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.



Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison ou a minima d'origine France.

Nous privilégions les fruits et légumes issus de l'agriculture durable.



Nos fruits sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).



Nos compotes sont 100% locales, à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux. Elles sont sans sucres ajoutés.

L'ACTUALITE DU MOIS





TERRES DE CUISINE

LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Montauroux

Lundi 21 Décembre	Mardi 22 Décembre	Mercredi 23 Décembre	Jeudi 24 Décembre	Vendredi 25 Décembre
Maïs - thon Œufs durs Mouliné d'épinards Brie à la coupe Fruit de saison	Mélange de crudités (salade, chou rouge, maïs) Bolognaise de lentilles Spaghettis Saint Marcellin à la coupe Yaourt aromatisé	Pizza au fromage Terrine de colin Carottes à l'huile d'olives Coulommiers à la coupe Fruit de saison	 NOËL REPAS DE NOEL Salade verte Parmentier de canard Gâteau au cacao Maison Chocolats de Noël et clémentine	FERIE NOEL

NOS APPROVISIONNEMENTS

 **Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

 **Nos charcuteries** sont 100% françaises.

Nos pâtes : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).

 **100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.

 **Nos filets de poissons** sont 100% MSC, issus de la pêche durable.

 **Nos légumes frais** sont 100% locaux en pleine saison ou a minima d'origine France.

Nous privilégions les fruits et légumes issus de l'agriculture durable.

 **Nos fruits** sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).

 **Nos compotes** sont 100% locales, à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux. Elles sont sans sucres ajoutés.

L'ACTUALITE DU MOIS

Ingrédients :

- 40 gr de cacao
- 130 gr de crème fraîche 30% de matière grasse
- 150 g de farine
- 240 gr de sucre
- 55 gr de beurre
- 4 gr de levure chimique
- 3 œufs

GATEAU AU CACAO

Recette

1. Fouetter les œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
2. Ajouter le beurre fondu et la crème. Remuer le tout.
3. Ajouter la farine, le cacao et la levure, préalablement tamisés. Mélanger à nouveau.
4. Beurrer le moule et y verser la préparation.
5. Cuire au four à 170°C, pendant 45 minutes.

 **Bio : Produit issu de l'agriculture biologique**

 **IGP : Indication Géographique Protégée**

 **AOP : Appellation d'Origine Protégée**

 **Label Rouge**

 **Menu végétarien**

 **Aide UE à destination des écoles**

L'ensemble de nos plats sont cuisinés maison (hors produits panés et certaines pâtisseries à base de pâte feuilletée et pâte à chou).

 **Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats**
 **Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.**